

地域情報（県別）

【神奈川】教え子から5人のプロ野球選手も、休診日にはグラウンドで投球指導-馬見塚尚孝・ベースボール&スポーツクリニック野球医学センター長に聞く◆Vol.3

2019年11月4日(月)配信 m3.com地域版

スポーツ選手の治療とサポートに注力する「ベースボール&クリニック」の馬見塚尚孝センター長はプロ志望者からの信頼も厚く、実際にセンター長の馬見塚（まみづか）尚孝氏の指導を経てプロ入りを果たした選手もいる。部活動の行きすぎた指導が問題になる中、馬見塚氏は現在のアマチュアスポーツをどう見ているのか。球数制限に関する見解も聞いた。（2019年9月18日インタビュー、計3回連載の3回目）

▼第1回はこちら

▼第2回はこちら

——スポーツ選手の中でも特に野球選手の治療とサポートに注力しているとのことですが、具体的にどんなことを行っているのでしょうか。

「私とスタッフの今までの経験を生かし、選手個々の特徴を踏まえて病気やケガの予防、治療、育成に携わっている」という表現に尽きますが、まず臨床の面でいえば当院にはMRIを備えているので、自院で精度の高い診断を行うことが可能です。

治療においては私が手術も行っています。連携する病院で肘の離断性骨軟骨炎やじん帯断裂、疲労骨折、肩関節鏡手術、胸郭出口症候群などに対する手術を行っています。ただ、その病院がやや遠方ということもあり、現在、武蔵小杉の近くで手術ができる医療機関を探しているところです。



センター長の馬見塚尚孝氏

——MRIを備えていて、さらに先生自らが担当患者の手術も行っているのは大きな特徴ですね。「選手の育成」という点ではいかがですか？

臨床的には、先ほどお話したように食欲不振を軽減・解消させて成長を促すことがその一例に挙げられますが、加えて、リハビリの一環として具体的な技術指導も行っています。例えば投球フォームを医学的な見地を踏まえて評価し、その人にとって望ましい方法をアドバイスするといったことです。サポートする選手の一部に限りますが、休診日には選手が練習するグラウンドまで私が足を運んで、コーチング学を生かしながらピッチング指導も行っています。私が関係した選手は一昨年に4人、昨年は1人がドラフトされてプロ野球選手になりました。広島東洋カープにドラフト3位指名されたケムナ・ブラッド・誠選手（日本文理大）や東京大学からプロ入りした宮台康平選手などがそうですね。

——現場で選手の指導も行っているとは。スポーツ選手への指導方法はメディアでも議論されることがありますが、先生はどんな印象を抱いているのでしょうか。

素晴らしい指導者はたくさんいる一方、選手の体や今後の成長を考えたときに危うさも感じています。指導者の方々が育った「体育会系がいい時代」から既に社会は変化していて、「ダイバーシティ」や「インテグリティ」など

を学んだ上で選手を育てなければならなくなっていますし、スポーツ指導の礎となる「コーチング学」を学ぶことも重要でしょう。

このような考えに辿り着いたのは、医療と現場を両方見てきたからです。医師が患者さんに行っていることも、コーチが選手に行っていることも、どちらも「専門的知識と経験をもって目の前の人の今と未来を良くすること」という意味で共通しています。医師の治療に主作用と副作用・合併症があるのと同じように、コーチの指導にも主作用と副作用があるのです。これまでコーチは主作用を注視してきましたが、今後は副作用にも気を配らなければなりません。また、医療のこれまでの進歩を学ぶことで、コーチングの未来も考えやすいついて思っています。



同院にある広々としたリハビリ室（クリニック提供）

——スポーツ選手をサポートする別の整形外科医を取材した際、「体を使い過ぎている子どもが多い」と話していたのが印象に残っているのですが、先生はどう思いますか。

そうですね。指導者や保護者が目の前の「勝利」に向けて全力を注ぐことは大事ですが、今後は選手の未来を考えてより中長期的な視点でサポートしていくことが求められるでしょうし、私のテーマの一つでもあります。

休むことも非常に重要なんですね。たとえばケガをした選手に対し、患部以外を動かして早期復帰させることはスポーツ医学に必要な手法の一つですが、今の子どもたちの長い練習時間を考えると、いったん練習やリハビリの時間を短くして睡眠時間を増やし、身長伸びを大きくした方がいい場合もあるのです。

これは私が臨床を重ねて実感したことで、思春期の選手が手術によって練習を中断されたとき、治療を行っている間に他の選手よりも身長が高くなる例を多く見てきました。特に投手は背が高い方が絶対に有利ですから、ゆっくり休むことは練習を頑張ることと同等かそれ以上に大切です。

——そこで聞いてみたいのが、高校野球における投手の球数制限です。議論が進んできていますが。

私は現在、アマチュア野球の代表組織である一般財団法人「全日本野球協会」（BFJ）の医科学部会員でもあるので、球数制限について意見を求められることがあります。ルール化はあくまでも最終手段であり、他にやるべきことがあると考えています。

選手個々によって能力は異なるので一律なルール化には疑問を持ちますし、ルールがないと動けないのは、社会人でいえば「上司に怒られるからやらない」と同じこと。野球を始めスポーツの大きなミッションは人を育てることであり、人を育てるのであればルールがなくても動けるようにするのが人材育成ではないでしょうか。

まずはルール化よりも私たちのような専門家が「こんな場合にこんな動きをこれくらい行ったらこんなリスクがある」といった具体的なデータを提供して、野球関係者のリテラシーを上げることが大切であるように思います。私が各メディアの取材に応えているのもこういった啓発を兼ねてのことです。

——最後に、読者である医療関係者に伝えたいメッセージがあればお聞かせください。

「野球医学とスポーツ総合診療でみんなを笑顔に」が当院のモットーです。「みんな」の中には患者さんだけでなくクリニックで働くスタッフも含まれていて、経営者としてはスタッフがハッピーな職場であるかが非常に大きな関心事です。

人を笑顔にする方法は科学的に研究されていて、中でも参考になるのが脳科学や認知心理学などを研究している前野隆司さんが書いた「幸せのメカニズム」という本です。同著の内容をクリニック経営に引き付けて考えてみると、開業医にはこんなことが求められそうです。

スタッフが自主的に「やってみよう」と思える接し方を心がけること、常にスタッフに感謝する「ありがとう」の心を持つこと、どんな状況でも「何とかなるさ」と捉える心構えでいること、そして最後に、さまざまな人間が存在するという多様性を受け入れて認めること。開業医としてはまだまだ未熟な私ですが、これらのことを意識して実践しつつ、モットーの実現をめざしていきたいと考えています。

◆馬見塚 尚孝（まみづか・なおたか）氏

琉球大学医学部卒、筑波大学大学院修了。医学博士。専門は野球医学。筑波大学の関連病院で整形外科医として臨床経験を積みながら、筑波大学硬式野球部のチームドクターとして野球現場の実際を吸収、診療に生かしてきた。その後、スポーツ選手の治療やサポートには内科領域を踏まえた対応が必要だと実感し、2019年5月に神奈川県川崎市中原区に「ベースボール&スポーツクリニック」を開院。現在、「スポーツ総合診療科」をテーマに掲げて食欲不振や貧血、月経困難症、低身長などの悩みにも応えながら選手の治療と予防、育成に携わる。

【取材・文・撮影＝医療ライター庄部勇太】

記事検索

